EL RINCON DEL **INSTITUTO ARAGONÉS** DE LA **RODILLA**

INAROD
Instituto Aragonés de la Rodilla

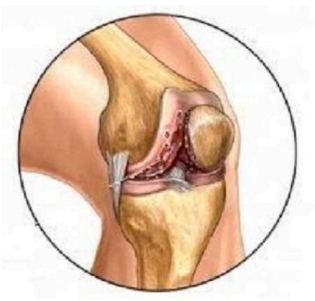
CONOCE TU RODILLA

Columna 2 de 2

Hace 2 semanas, comencé la explicación de la rodilla y de sus partes y componentes fundamentales, como si de una máquina se tratara. (Si no pudiste acceder a ella entonces, visita nuestra web: www.larodilla.es) Hoy continuamos con esas explicaciones, para completar lo que debes saber sobre tu rodilla.

Se conocen muchas patologías o problemas, que afectan a la rodilla y cada una de ellas se identifica porque tienen un "daño especial". Para que el técnico especialista de esta máquina perfecta (médico especializado en rodilla), sepa qué le sucede, debe hacer una rigurosa exploración y valoración de la misma, ayudado o no de otras pruebas como rayos X o resonancia magnética, que le permita solucionar el problema que impide a esta máquina tener un funcionamiento perfecto, repercutiendo en la mayor parte de los casos en dolor de rodilla.

Llegados a este punto, hay que saber que, hay muchas, la gran mayoría, de las "averías" o problemas de rodilla, que tienen fácil solución, unas veces con cirugía (habitualmente artroscópica), como cuando se rompe alguna estructura interna, ya sean los meniscos o los ligamentos, y otras veces sin necesidad de operar, con variaciones de la biomecánica de la marcha, plantillas, recomendaciones de calzado, medicaciones, tratamientos fisioterápicos, terapias biológicas, ondas de choque y un largo etcétera de medios que tenemos a nuestro alcance. Pero…, también hay que saber que, a fecha de hoy, la ciencia no ha conseguido dar solución a algunos otros problemas que se plantean en la rodilla y que por más que nos esforcemos en mejorar las molestias que nos ocasiona, no podremos solucionarlos.



Por otro lado, un factor que no podemos evitar es el paso del tiempo. En todas las máquinas, hay una fecha de caducidad y ésta deja de funcionar antes o después. Obviamente y al igual que en cualquier máquina, nuestra rodilla se desgastará antes o después (artrosis), según la alineación de la misma y el mejor o peor trato que le hayamos dado, a parte de otros factores como puede ser la herencia; por ello es fundamental seguir todos aquellos consejos que tu especialista te diga y aplicar todos aquellos tratamientos que te permitan darle una mayor duración. A fecha de hoy, hay muchos tratamientos que te permiten prolongar la vida de tu rodilla, incluso evitando llegar a una prótesis. Llegados sin embargo a este extremo, en el que las superficies de roce que protegen a nuestra rodilla se han perdido, provocando dolor intenso y/o limitación funcional, no queda otro remedio que sustituir dichas superficies articulares para aliviar los dolores provocados, mejorar la limitación funcional o realinear unos ejes que se han podido ir perdiendo por el desgaste. ¿Cómo?, con una prótesis.

La rodilla es la mayor y tal vez la mejor de nuestras articulaciones, utilízala todo lo que puedas, disfrútala y cuídala todo lo posible. Ante el mínimo problema que te plantee, habla con un traumatólogo especializado en rodilla, que te oriente sobre los pasos a seguir antes de llegar a un problema irreversible.

Dr. Emilio L. Juan García
Médico Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología
Director del Instituto Aragonés de la Rodilla (INAROD)
www.larodilla.es **976 23 16 16**

Enrique Sierra Fisioterapia
Rehabilitación
Patología de rodilla
tlf : 976 27 61 76
www.sierrafisio.es